





























|       | LUNES                                                                                     | MARTES                                                                                    | MIÉRCOLES                                                                                  | JUEVES                                                                                      | VIERNES                                                                                     |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| 07:30 | CICLO    | CICLO    | CICLO    | CICLO    | CICLO    |
| 08:30 | CICLO    | CICLO    | CICLO    | CICLO    | CICLO    |
| 09:30 | SHOT A BAILAR                                                                             | PILATES                                                                                   | TBC                                                                                        | FIT BALANCE                                                                                 | PILATES                                                                                     |
| 10:30 | PILATES                                                                                   | BODY FIT                                                                                  | SHOT A BAILAR                                                                              | TBC                                                                                         | BODY FIT                                                                                    |
| 12:30 | CICLO    | CICLO    | CICLO    | CICLO    | CICLO    |
| 14:00 | CROSS CIRCUIT                                                                             | GAP                                                                                       | CROSS CIRCUIT                                                                              |                                                                                             |                                                                                             |
| 14:15 | BODY FIT                                                                                  | PILATES                                                                                   | TBC                                                                                        | CICLO    | CICLO    |
| 15:15 | CICLO    | CICLO    | CICLO    | CICLO    | CICLO    |
| 18:15 | STEP                                                                                      | PILATES                                                                                   | FIT BALANCE                                                                                | TBC                                                                                         | SHOT A BAILAR                                                                               |
| 18:30 | SHOT CIRCUIT                                                                              | SHOT CIRCUIT                                                                              | SHOT CIRCUIT                                                                               |                                                                                             |                                                                                             |
| 19:00 | SHOT CIRCUIT                                                                              | SHOT CIRCUIT                                                                              | SHOT CIRCUIT                                                                               |                                                                                             |                                                                                             |
| 19:15 | CICLO                                                                                     | BODY FIT                                                                                  | SHOT A BAILAR                                                                              | CICLO                                                                                       | PILATES                                                                                     |
| 20:00 | ABD                                                                                       | ABD                                                                                       | GAP                                                                                        |                                                                                             |                                                                                             |
| 20:15 | SHOT A BAILAR                                                                             | AEROBOX                                                                                   | CICLO                                                                                      | BODY FIT                                                                                    | CICLO  |
| 20:30 | CROSS CIRCUIT                                                                             | GAP                                                                                       | CROSS CIRCUIT                                                                              |                                                                                             |                                                                                             |
| 21:15 | CICLO  | CICLO  | CICLO  | CICLO  | CICLO  |

|       | SÁBADO                                                                                    | DOMINGO                                                                                   |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12:00 | CICLO  | CICLO  |
| 13:00 | CICLO  | CICLO  |
| 18:00 | CICLO  |                                                                                           |
| 19:00 | CICLO  |                                                                                           |



Horario de actividades **FITUP SHOT BOADILLA**

Vigente a partir del 20 de enero de 2020

NIVEL DE INTENSIDAD DE LAS ACTIVIDADES

 **BAJA**

PILATES  
SHOT A BAILAR  
FITBALANCE

 **MEDIA**

CICLO VIRTUAL  
STEP  
GAP  
ABD

 **ALTA**

TBC  
CICLO  
AEROBOX  
BODYFIT  
CROSS CIRCUIT  
SHOT CIRCUIT

 **CLASES VIRTUALES**

El centro se reserva el derecho de realizar cualquier modificación en el horario. Es obligatorio acceder a las clases tanto con ropa deportiva, como con toalla. No se permite el acceso a ninguna clase pasados 10 minutos desde su comienzo por seguridad. Está totalmente prohibido el uso de teléfonos móviles dentro de las clases. Las clases con instructor serán grabadas para las multimedia. Las personas que no deseen ser grabadas tendrán que situarse donde no sean captados por la cámara.





## ACTIVIDADES

---

Proximamente

---



## ACTIVITIES

---

Soon

---